

Inhalt

Schwierigkeitsgrade im Wildwasser	6
Eine Wahnsinnsidée	7
Von der Vorgeschichte bis zum Aufbruch	15
Härtetraining in den Alpen	40
Zwölftausend Kilometer bis Katmandu	55
Marsch nach Pheriche	68
Höhenrekord im Kajaksport	100
Der Fluß ohne Erbarmen	121
Mann über Bord!	140
Die Schnellen hinab	157
Eine schwere Entscheidung	167
Der Endspurt	187
Geschafft!	206
Erklärung der Fachausdrücke	222